

NAKAYAMA NEWS 営業1課配信

あなたに伝えたい！ナカヤマのこと

包装資材 衛生商品の専門家が送る、お役立ち情報

職場における熱中症対策強化！

令和7年6月1日から施行されています。

労働安全衛生規則が改正され、熱中症のおそれがある労働者の重篤化防止のため、早期発見と状況に応じて、迅速かつ適切な対処することにより、「体制整備」、「手順作成」、「関係者への周知」が事業者に義務付けされます。

詳しくは厚生労働省のHPでご覧になれます。

1 暑い環境にさらされる
気温や湿度が高い、日差しが強い、風がない、などの条件下に長時間いると、体は外気の影響で熱を持ちやすくなります。
ついでー！

2 体温が上昇し始める
人の体は通常、汗をかいてその汗が蒸発することで熱を逃がし、体温を一定に保とうとします。
あ、あつい！

3 体温調節がうまくできなくなる
以下のような理由で熱が体外に逃げにくくなると、体温がどんどん上昇します
・汗をかいても湿度が高いと蒸発しにくい
・水分や塩分が不足していて汗が出ない
・暑さに慣れていない（身体が順応していない）

4 体に異常が起こる
・軽度：めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り
・中等度：頭痛、吐き気、大量の汗、体のだるさ
・重度：意識障害、けいれん、全身の熱感、発汗停止など

室内でも熱中症になる方が増えています。

暑い時期の「エアコンを使っていない/節電している」に、ご注意！
室内でも高温多湿は屋外と同じように危険です。
エアコンを使っているなかつたり、節電で温度設定が適正にされていない。湿度が高いと汗をかいても蒸発しにくく、体温が下がりません。節電も大切ですが健康は、もっと大切です。

この場所（キッチン）にも注意

・家事や調理で熱源が多い
キッチンは火を使ったり水蒸氣で高温多湿になりやすい場所です。

頭がボートとする、めまいがする、体がだるい、などの症状を感じたら要注意です。

涼しい場所で水分と塩分を補給し身体を休めましょう！

一効果的に水分と塩分を補給するには？

- 普段**: 水、麦茶や水 + 塩タブレット
- 軽い運動時**: 塩タブレット、スポーツドリンク
- 大量に汗をかいた後、体調が悪いとき**: 経口補水液 (OS-1など)
- 今年も健康第一で暑い夏を乗り切りましょう！**

ナカヤマ 営業1課



公式ホームページ
ナカヤマ 検索



公式インスタは
こちらから！
@nakayamaena

制作事例ご紹介コーナー

今回は A-S master club様、カタログ改版の事例ご紹介！

今回は現場まで写真を撮らせていただきにお伺いしました。現場の空気、匂いなどを肌で体感することができ提案へつながりました。

カタログ表面

カタログ裏面

ナカヤマ掃除道
雨が降るたびに緑が茂る季節になりました。雨上がりの緑はとてもきれいで見ていて心が和みます。

しかし！雑草は処理しなければいけません。
駐車場の雑草はしっかりと処理をしないと駐車枠が、わかりにくいため車が駐車しづらくなります。手入れの行き届いた駐車場にきれいに車を駐車できるようにしっかりと草取りをしました。

誕生日 あなたに幸せ届け… タロット占い

Dizzy tarot Shinobu

占い師

ナカヤマ専属の占いダンサー。当社員の奥さんです。資格があり個別的なご依頼も承ります。

誕生日	こんな幸せあるかも、こんな事に注意など	スピリチュアルメッセージ	誕生日	こんな幸せあるかも、こんな事に注意など	スピリチュアルメッセージ	誕生日	こんな幸せあるかも、こんな事に注意など	スピリチュアルメッセージ
1月	仕事 自分の思っている考えに耳を傾けて作業する 恋愛 他人の意見に惑わされないように 健康 間違った健康法に注意、良く調べてから実行しましょう 金運 予想外の出費に備える	「目覚め」 分から合うべき大切な事があります。内なる声だけに耳を傾けてください	2月	仕事 後悔を手放しましょう。意識を変えることで成長できる 恋愛 傷つきた相手を許すことで次の恋愛は幸運をつかむ 健康 過去から抱えていた病気が完治の方向へ進む 金運 小さな臨時収入があるかも	「具現化」 あなたの夢、ビジョン、ゴールが現実になりつつあります。集中力を保ってください	3月	仕事 意志疎遠ができないと感じたらよく話し合って作業が進む 恋愛 悪い誘惑にはついていかない 健康 オペラ思考は不健康の原因。自分の好きな事を楽しめましょう 金運 人のための投資はしないように	「聖なる自己」 あなたのスピリットを解放しましょう。才覚を表現しましょう。命のスムーズな流れに合わせて行動しましょう
4月	仕事 水面下で静かに計画を練りましょう 恋愛 外見より内面を磨きましょう。相手に求めするのは禁物 健康 自分で思っているより安定した健康状態でコツコツ型でお金を増やす力がほしい	「内なる力」 完全性に戻りましょう。自分に力があることを思い出します	5月	仕事 周囲と相談することで空回りを防ぐ 恋愛 強引に押し進めないように。相手の意向も考えましょう 健康 スポーツや乗り物に注意 金運 不良品や運動用に注意。投資はもう少し激しくしてから始めましょう	「無限の豊かさ」 廉害は取扱い難いことがあります。スピリチュアルなサポートと繋がり、拡大していきます	6月	仕事 最後まで気を抜かず全力で行動する事 恋愛 自分のわがままを突き通さないことを 健康 精神的に不安になりそうな時は自分の好きな事をしましょう 金運 お金に保守的になりすぎる時期、回復を待ちましょう	「ダウンドロード理解」 真美が運営されたことがあります。あなたのスピリットを解消しましょう。才覚を表現しましょう。命のスムーズな流れに合わせて行動しましょう
7月	仕事 評価がされないと恥じても最後までやり抜くことが大事 恋愛 ネガティブ思考になりがち、諦めない気持ちが大事 健康 健康を悪視しやすい今あるできているものに着手しましょう 金運 株やギャンブルは控えましょう	「許し」 あなたに許しの道を歩んでいます。自己尊重から解決されます。諒あるものを感じください	8月	仕事 直観力に従って動くと成果を得る 恋愛 失恋から学びを得る。今の価値観を変えると良い出会いがあります 健康 回復に時間がかかるが冷静に治療していましょう 金運 恐喝、借金に注意	「恐れと向き合う」 大変化が訪れます。スピリチュアルなチャンスです	9月	仕事 不拘泥に注意すると仕事の良い流れをつかむ 恋愛 今までと違ったタイプの人に惹かれる 健康 健康意識が良い方向へ（ダイエットなど）進む 金運 ラッキーな事が起る。贈り物があるかも	「最高の守護」 あなたは守られています。限界を超えて進みましょう。自分を信じてください
10月	仕事 協調性を大切に、軽い気持ちで行動は控えて 恋愛 相手を信じられない時、お互い思っているか話し合いましょう 健康 規則正しい生活が、体調にも仕事にも運んでくれます 金運 株や投資、お金の管理はしっかりしましょう	「コミュニケーション」 心に引っかかることがあります。要は持てば語れば、耳を傾けてもらいます	11月	仕事 プロblemがあつても悪い展開にはならない 恋愛 ゆっくりと関係が進んでいく暗示 健康 過剰な美食や運動不足に注意 金運 グルメ、ショッピングの出費、オシャレが成功する	「博愛と善意」 平静を保ちましょう。自分と他の人のためにある事を意識しましょう。世界を理解しましょう	12月	仕事 できなかったことでの学びを次に活かす。再就職 恋愛 未練を断ち切り再スタートできる 健康 情緒不安定になりそうな時は自分の趣味で気分転換をしましょう 金運 投資やギャンブルはもう少し待って	「行動を促す」 指揮を執ります。機会を示してください。有言実行しましょう

問合せ先 **ナカヤマ** 営業1課

〒509-7202 岐阜県恵那市大井町下屋敷614-2
TEL 0573-25-3148 FAX 0573-25-6371